

Zoom Kursplan

gültig ab: 26.04.2021

	MO	DI	MI	DO	FR
09:30 10:30	Beckenboden- Training		Yoga und Entspannung		Fit und Aktiv in jedem Alter
15:30 16:30					Yoga
17:00 18:00	Funktionelles Training		Power Workout		Ganzkörper Zirkel
18:30 19:30			Rückenfit		
19:30 20:30		Yoga			

▼ Fitnesskurse

▼ Gesundheitskurse

Um auf die Bedürfnisse und Wünsche der Mitglieder eingehen zu können und um neue Fitnesstrends zu integrieren behalte ich mir das Recht vor, den Kursplan regelmäßig zu ändern. Die Änderungen werden rechtzeitig (2 Wochen vor Eintritt) über die Website (www.kolibriaktiv.de) und im Studio bekannt gegeben. Über Anregungen und Ideen freue ich mich sehr!